

Terapia tulburării obsesiv-compulsive

Trăsătura esențială a tulburării obsesiv-compulsive constă în apariția unor obsesii și compulsii, care îl determină pe subiect să se concentreze asupra lor – durează mai mult de o ora pe zi – și îi produc acestuia un disconfort serios (D.S.M., IV; A.P.A., 1994).

Obsesiile reprezintă gânduri, comportamente impulsive sau imagini cu caracter persistent, care sunt tratate de subiect ca având un caracter intruziv și neadecvat. Astfel, o persoană respectabilă poate fi obsedată de ideea că va palmui trecătorii sau le va adresa injurii.

Cele mai răspândite obsesii sunt cele legate de contaminare (subiectul este obsedat că se va infecta dacă va atinge anumite obiecte sau va da mâna cu diverse persoane), cele cu caracter dubitativ (se gândește în mod obsesiv dacă a închis sau nu gazele etc.), impulsurile cu caracter agresiv sau neadecvat (obsesia că își va ucide copilul, că va striga în biserică etc.), precum și imaginile cu conținut sexual (imagini recurente de tip pornografic).

Obsesiile trebuie diferențiate de alte gânduri cu conținut intruziv, cum ar fi, de pildă, îngrijorările. Compulsiunile reprezintă comportamente repetitive cu caracter deschis sau mascat. Compulsiunile cu caracter deschis pot fi : spălarea pe mâini de foarte multe ori pe zi, verificările, ordonarea și aranjarea unor obiecte etc.

Compulsiunile mascate reprezintă acte mentale cum ar fi: rugăciunile, numărarea sau repetarea unor cuvinte.

Obiectivul acestor acțiuni îl reprezintă prevenirea sau reducerea anxietății. Din punctul de vedere al teoriei cognitive , ele au rolul de a neutraliza sau preveni producerea unor evenimente anxiogene.

În unele cazuri, subiecții realizează unele acțiuni stereotipe, bazate pe reguli rigide, fără a putea da vreă explicație de ce procedează astfel.

Conform criteriilor D.S.M., IV, în cazul subiecților care suferă de tulburare obsesiv-compulsivă în anumite perioade, obsesiile și compulsunile lor au un caracter nerezonabil și se manifestă în exces. Există și cazuri când obsesiile ating o intensitate delirantă, pacienții fiind convinși de realitatea lor, în ciuda evidentei care demonstrează contrariul. Astfel, un pacient era obsedat de ideea că gândurile sale negative au produs decesul unei persoane.

Ruminările cu caracter depresiv sau anxios nu sunt considerate obsesii pentru că ideile respective nu sunt ego-distonice (nu vin în contradicție cu sistemul ideativ general al persoanei).

În cazul în care subiectul este obsedat de gânduri și temeri legate de faptul că ar putea avea o boală gravă, acesta va fi diagnosticat cu tulburare hipocondriacă. Cu toate acestea, dacă el declanșează ritualuri repetitive și absurde (cum ar fi, de pildă, spălarea compulsivă pe mâini), i se poate adăuga și diagnosticul suplimentar de tulburare obsesiv-compulsivă. O tematică uzuală a pacienților cu tulburare obsesiv-compulsivă se referă la tendința de a face rău cuiva, urmata de tendința de a preveni acest rău potențial. Obsesia spălării seamănă mai mult cu

o fobie, deoarece subiectul se teme de contaminare si dezvoltă comportamente de evitare a acesteia.

Principalele tipuri de obsesii sunt:

- De contaminare;
- De violenta fizica asupra propriei persoane sau asupra celorlalti (de exemplu: "imi voi ucide copilul ". Pacienta nu ramane singura cu copilul; cauta asigurari; ascunde cutite, pungile de plastic etc);
- Obsesia mortii (de exemplu: are imaginea fiintelor dragi moarte);
- Obsesia accidentelor;
- Obsesia unui comportament inacceptabil (de exemplu:"o sa spun o obscenitate"; pacientul incearca sa-si pastreze controlul; evita situatiile sociale; ii intreaba pe ceilalti daca comportamentul sau a fost acceptabil intr-o anumita situatie);
- Obsesiile sexuale – preocupari pentru organele sexual sau acte sexuale inacceptabile (de exemplu:"voi comite un viol"; pacientul evita sa stea singur cu o femeie; incearca sa-si abata gandul de la problemele sexual);
- Obsesiile religioase (indoieli cu privire la religie; blasfemii);
- Obsesia ordinii (lucrurile sa fie la locul lor, actiunile sa se desfasoare intr-o anumita ordine);
- Obsesiile fara sens: fraze incoerente, imagini,melodii,numere(de exemplu: aude" in cap"melodia de la actualitati in timp ce citeste si din acest motiv repeat unele actiuni pana reuseste sa citeasca acelasi pasaj fara sa mai auda melodia).